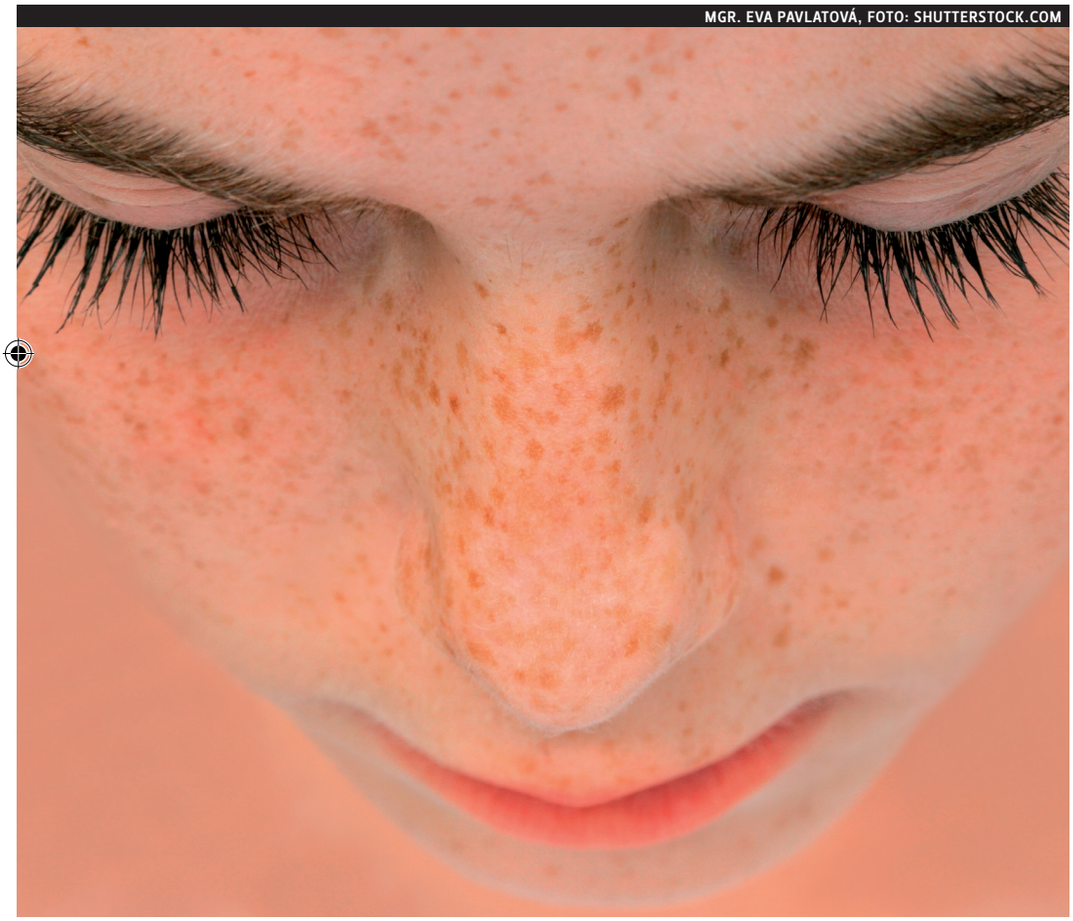
PIGMENTOVÉ SKVRNY MOHOU BÝT NEBEZPEČNÉ

„Každou pigmentovou skvrnu na pokožce je nutné nejdříve odborně prozkoumat. Až poté vám dermatolog navrhne vhodnou formu jejího odstranění," radí MUDr. Sabina Švestková, Ph.D., vedoucí lékařka Dermatovenerologické kliniky FN U sv. Anny v Brně.

MGR. EVA PAVLATOVÁ, FOTO: SHUTTERSTOCK.COM



Jak člověk pozná vznikající pigmentovou skvrnu?
Na kůži těla se mu objeví skvrna hnědého odstínu různé intenzity, která někdy nevyčnívá nad okolí a není plastická. Tento typ změny barvy na kůži spíše označujeme jako hyperpigmentace. Jindy může být barevná změna vystouplá, lze ji nahmatat, může mít drsný povrch. Tyto změny označujeme jako pigmentové névy (znaménka) nebo seboroické bradavice.

Jak laik pozná, že je pigmentová skvrna nebezpečná?
V případě, že se ložisko zvětšuje, tvar se stává nesymetrickým, hranice ložiska se rozpíjejí do okolí, v barvě se střídá více odstínů hnědé od bledé až po černou, případně se na povrchu objeví uzlík, oděrka či krvácení.

Jsou všechny pigmentové skvrny potenciálním rizikem onemocnění, například rakoviny kůže?
Za riziková lze označit všechna nově vzniklá znaménka a ložiska hnědé barvy nad 6 milimetrů v průměru.

Existuje prevence vzniku pigmentových skvrn?
Jednoznačně je to ochrana před působením slunečního záření na kůži. Každé spálení, hlavně v dětském věku, a každá nadměrná sluneční expozice je pro kůži nebezpečná. Kromě používání opalovacích krémů s ochranným faktorem je důležité používat sluneční brýle, pokrývky hlavy a trička.

Patří mezi prevenci opalovací krémy s vysokými UV faktory?
Ano, používání opalovacích krémů s vysokým ochranným faktorem je důležitou prevencí vzniku kožních nádorů, hlavně nádorů nemelanomového typu.

Může kůže onemocnět i po chirurgickém odstranění pigmentové skvrny?
Pokud jsou již změny pokročilé, může docházet k dalšímu šíření nádorových buněk do organismu.

Co má dělat pacient, který má na těle více znamének?
Nejlepší je návštěva u dermatologa, který po zhodnocení nálezu na kůži určí rizikovost změn na kůži pacienta a určí další postup léčby a sledování.

16_PL_1210 16 6/17/10 3:31:35 PM

Existují tělesné partie, kde je výskyt pigmentových znamének rizikovější?
Jsou to jednoznačně místa vystavená slunečnímu záření a sluncem nejvíce poškozená. Pigmentové skvrny a znaménka se však mohou vyskytnout prakticky kdekoli na kůži těla.

Podporuje časté slunění výskyt pigmentových skvrn?
Ano, platí to zvláště pro hyperpigmentace.

Může z obyčejné pihy vzniknout znaménko?
Klasická piha (ephelides) již sama o sobě je pigmentovým znaménkem, patří mezi benigní melanocytární skvrny, tedy nezhoubné.

Pigmentové skvrny trápí více ženy než muže?
Ženy jsou vznikem pigmentových skvrn postiženy častěji, ale pro vznik pigmentových změn je důležitější než pohlaví fototyp kůže, její pigmentace, barva vlasů a očí, věk pacienta.

SLUNÍČKO LÉČIVÉ I ZRÁDNÉ

Podle odborníků zvyšuje jedno až dvě spálení na slunci riziko vzniku melanomu u žen 1,5krát a u mužů 2,8krát. Tři a více spálení na slunci během života zvyšují riziko vzniku u žen 2,3krát a u mužů 7,6krát. V poslední době však dochází k posunu vzniku tohoto nádoru do mladších věkových skupin. Podle zkušeností lékařů však může být více než polovina melanomů odhalena samovyšetřením. Stačí si jen v klidu prohlédnout své tělo. V ČR existují specializovaná centra s digitálními dermatoskopy, což jsou, zjednodušeně řečeno, speciálně upravené světelné lupy, které dokážou až padesátkrát zvětšit obraz. Lékař takřka ihned může nález porovnat s databází v počítači.

Ovlivňují vznik pigmentových skvrn i hormonální změny?
Ano, týká se to hlavně těhotenství, užívání antikoncepce nebo jiné hormonální substituce.

Mohou pigmentové skvrny nebo znaménka samy zmizet?
Většinou se jedná o trvalý projev, i když některé hyperpigmentace při důsledné ochraně před sluncem mohou zesvětlat. Jsou známy případy spontánního vymizení maligního melanomu kůže, což ale znamená velmi nepříznivý prognostický znak onemocnění.

Jak se postupuje při léčbě pigmentových skvrn?
Musíme odlišit léčbu hyperpigmentací a znamének.
Při léčbě hyperpigmentací se velmi často používají různé „bělicí“ krémy, slupování pomocí AH kyselin, 20procentní kyselina azelainová, eventuálně některé typy laserového ošetření – například Q-Switchet Alexandrite laser, rubínový laser. Vždy je nutná důsledná eliminace slunečního záření. Pigmentová znaménka se odstraňují chirurgicky vyříznutím.

Inzerce 900016530

HLEDÁ SE MISS SESTRA

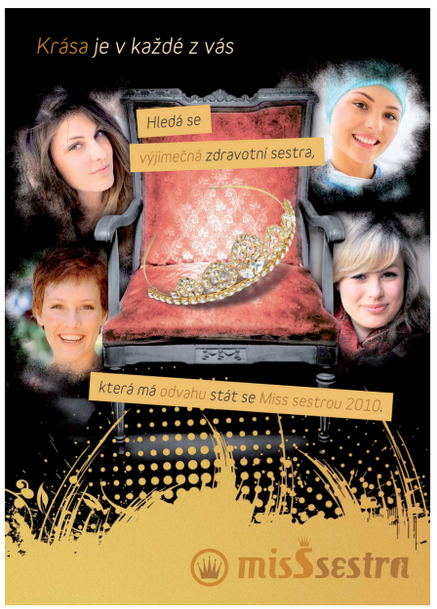
misSsestra

Nikoli nejkrásnější, ale výjimečnou sestru s pěti „S“, tedy sympatickou, srdečnou, spolehlivou, společenskou a stylovou, hledá od 1. června 2010 projekt Miss sestra, volně navazující na reprezentační plesy sester probíhající pod heslem „Sestry na sál!“

Oba projekty vznikly jako prevence syndromu vyhoření, kterým jsou sestry při své namáhavé a obětavé práci ohroženy, s cílem rozptýlit je a alespoň v době jejich volna je částečně odvést od náročných povinností.

HLASOVAT MŮŽE KAŽDÝ

Do soutěžní ankety Miss sestra se na webových stránkách www.misssestra.cz může zapojit široká veřejnost. Každý může přihlásit své oblíbené sestřičky, ale i ostatní příslušníky nelékařských zdravotnických profesí, rozhodovat o jejich postupu do dalšího kola a nakonec o výběru deseti finalistek. Sestry se samozřejmě mohou hlásit také samy.
Finálový večer s vyhlášením tří nejlepších se uskuteční v pražském Obecním domě 14. ledna 2011 u příležitosti konání 2. reprezentačního plesu sester. Vítězky získají kromě hodnotných cen pro sebe také finanční obnos pro své pracoviště – sesternu. Jeho použití bude ale opět vázáno výhradně na podporu volnočasových aktivit nebo odpočinek sester.



HARMONOGRAM PROJEKTU

Projekt zastřešuje web sestra.cz, kde budou zveřejňovány informace nejen o anketě Miss sestra, ale také o plese „Sestry na sál!“ Přihlášky lze podávat prostřednictvím webu misssestra.cz do 31. srpna. Během září bude veřejnost hlasovat o postupu 30 soutěžících do semifinále. Od 11. října do 30. listopadu budou lidé vybírat 10 finalistek, které budou představeny vzápětí, 1. prosince.
Mediálními partnery projektu jsou časopisy Sestra, Zdravotnické noviny a Pacientské listy z vydavatelského domu Mladá fronta a. s.
Více informací: **www.misssestra.cz**